

第40回 友愛サロン 17日(土) 10時半 高齢者の健康維持・脳トレ他

敬老の日 クラブ主催「健康講座・長寿を祝う会」

対象:クラブ会員全員 健康を考え、楽しい一日を

幹事会(8/17)確認事項

- 8/末のクラブ会員計81月名(正会員70・準会員11)、新規会員を増やそう!
- 8月の活動結果は下記、9月の活動計画は次頁参照。
- 防犯パトロール** ①クラブ8月度実施1回、参加2名。
児童見守りパトロールは0回。新たな参加者歓迎!
- 暑気払い例会**、コロナにめげず9/20(土)午後実施、参加17名。
- 区老連・川和地区高連報告**(*参加問合せは9/3桑原迄)
 - 8/31(水) 区老連俳句の集い(まちづくり館4人参加)
 - 9/2(金)13:30~ 区老連理事会(まちづくり館 桑原)
 - 9/5(月)13:30~ 川和高連会長会議(川和集会所 桑原)
 - 9/7(水)8:00~ 川和高連・グラントゴルフ大会(都田公園)
*1チーム6名参加 参加費¥1000、区老連大会へ30名選出
 - 9/8(木)13:30~ 区老連広報部会(まちづくり館 桑原)
 - 9/9(金)13:30~ 市老連友愛活動員会議(浦島荘)
 - 9/12(月)8:00~ 川和高連「ぶどうが持り」(有志)
 - 9/16(金)8:30~ 市老連「上を向いて歩こう」シンクワーク大会

第40回 友愛サロン 17日(土) 10:30~15:00

元気で顔合わせ!いつもの通り健康講話、体操、脳トレ
昼食後、おしゃべり、歌等で仲間と元気確認。コロナ
情報や保健情報など加賀原ケアプラザに、つづき病
院からは脳トレ指導も。多くの方々のご参加を。

みんな集まれ! クラブ 独自で祝う会 *敬老の日* 午後「健康講座・長寿祝う会」

9/19(月)「敬老の日」に因んで自治会より祝い品が75歳以
上の希望登録者に贈呈されるが、クラブでは、健康講座として
①認知症症状と対応、②フレイル(虚弱)対策 の講話をいた
だき、その上で皆で話し合い。その後みんなで「長寿に乾杯!!
対象は全クラブ員、会費は無料。多数の参加者を

- 第1部 15:00~16:00 健康講座 2題
- 第2部 16:00~18:30 乾杯(長寿・健康を祝う会)

1区40名、(桜木町~女神橋~ハンマーヘッドパーク~赤レンガ~山下公園)

- 9/20(火)8:00~ 区老連ペタンク大会(東方公園) 1チーム3名参加
- 9/21(火)8:00~ 区老連クラブ会長副会長研修会(畑毛温泉) @¥9,000
3地区代表意見発表(参加桑原、市川)
- 9/28(水)13:15~ 市老連友愛活動員研修会(関内ホール)、地区より2名
- 10/3(月)川和8:20~ 区老連施設見学会「鶴岡八幡宮参拝と鎌倉殿
13人ドラマ館見学、三崎港産直センターお買物 バス2台 *参加費¥9,000
- 10/7(金)~11(火)区老連第28回ことぶき趣味の作品展 区役所ロ
搬入10/7(金)午前11時~12時 搬出11(火)15時半~*手芸、俳句他
- 10/14(金)13:30~ 区老連講演会「防災減災・安全意識」(まちづくり館)
- 10/21(金)13:30~ 区老連部長会(まちづくり館 桑原)
- 10/28(金)9:30~ 区老連第25回ふれあい芸能福祉・カラオケ大会
公会堂。参加費¥900 出場申込は9/5桑原迄。
- 11/16(水)8:00~ 第26回 区老連グラントゴルフ大会(東方公園)

俳句の会 次回 9月26日(月) 午後7:00~

8月の兼題「ビール、焼酎、梅酒」各人披露

- ・梅酒飲む 父の眼鏡の 奥の笑み 陽子
- ・友逝って ビールで一献 街在らず 松盈
- ・糖質ゼロ 病の夫の ビールかな 美苑
- ・島に来て 焼酎一瓶だけ 買いぬ 風花
- ・コロナ禍に ビール片手に 懇親会 桐花
- ・自由・かるの子の ニュースにのぼる よちよちと 陽子
- ・クーラーの 途絶えし未明 虫の声 松盈
- ・昼下がりに 風鈴止んで 目覚めお 美苑
- ・溪谷のうえ 満席の かき氷 風花
- ・梅雨明けの けぶる港の 赤レンガ 桐花

* *9月の兼題「初秋、残暑」投稿歓迎

2. 部会活動 下記

部会名	活動日	参加	何時	場所・どこえ・何か?
カラオケ会	3日(水)	12名	昼	会館 暑さに負けず元気で
	22日(月)	8名	昼	歌っています
麻雀会	2日(水)	8名	昼	会館 秋の懇親麻雀大会
毎週(金)	9日(水)	7名	昼	会館 [10月8日(土)
	16日(水)	8名	昼	会館 9時~17時
	23日(水)	5名	昼	会館 場所 会館
	30日(水)	7名	昼	会館
うたごえ会	17日(水)	11名	昼	夏の歌等CDで22曲歌う
俳句の会	22日(月)	4名	昼	兼題「ビール、焼酎」発表、合評
手芸サークル	18日(木)	5名	昼	区老連出品作品の検討
コロナに負けぬ心身を鍛えよう!				

9月活動プラン

各部の活動には誰でも自由に参加できます。とどしご参加を!

日	曜日	時	(部会)活動予定	印
1日	木	朝	卓球会 会館ホール	
2日	金	朝	グラントゴルフ 都田公園	○
		昼	区老連理事会	
5日	月	朝	グラントゴルフ 牛ヶ谷公園	
		昼	川和高速会長会	
6日	火	昼	麻雀会 会館	
7日	水	朝	川和グラントゴルフ大会(都田公園)	
		昼	カラオケ会 会館	
8日	木	朝	卓球会 会館ホール	
9日	金	朝	グラントゴルフ 都田公園	○
		朝	ペタンク 第1公園	
11日	日	朝	自治会防災安否確認訓練	
12日	月	朝	川和高速ふどう狩り(山梨)	
		朝	グラントゴルフ 牛ヶ谷公園	
		昼	輪踊りの会 会館ホール	
13日	火	昼	麻雀会 会館	
14日	水	朝	グラントゴルフ 都田公園	
		朝	ショートゴルフ ロイヤルヒルスゴルフ場	
		昼	うたごえサロン 会館	
		夜	幹事会 会館2階	
15日	木	朝	釣り会 本牧海釣り施設	
		夕	卓球会 会館ホール	
		昼	手芸サークル 会館2階	
16日	金	朝	歩こう会・横浜港「上を向いて歩こう」	
		朝	グラントゴルフ 都田公園	
17日	土	全	第40回友愛サロン「つつき亭」	
18日	日	朝	ボランティア清掃 第1、4公園	
19日	月	昼	クラブ健康講座・長寿祝う会	
20日	火	朝	区老連ペタンク大会(東方公園)	
		昼	麻雀会 会館	
21日	水	朝	区老連会長副会長研修会	
		朝	グラントゴルフ 都田公園	
		昼	カラオケ会 会館	
22日	木	朝	ペタンク 第1公園	
26日	月	朝	グラントゴルフ 牛ヶ谷公園	
		夜	俳句会 会館2階	
27日	火	朝	歩こう会 川崎・森林公園	
		昼	麻雀会 会館2階	
28日	水	朝	グラントゴルフ 都田公園	
30日	金	朝	釣り会 本牧海釣り施設	
		朝	グラントゴルフ 都田公園	

健康・麻雀をやろう

毎週**火曜**、午後1時～5時
 会館ホール。今月は**6、13、20、27日**
 *初心者歓迎。*賭け事は無し。
 幹事 12班 妹尾泰次
 秋の懇親麻雀大会 10月8日(土) 9:00～

一緒に歌おう!

カラオケ会

7日(水) 会館
 21日(水)
 幹事 11班 青柳 伸

ショートゴルフ会

14日(水) 午前9時00分発
 (雨天時**21日**)
 川崎リバーサイドゴルフ場 1R2,000円
 (幹事 6班 笹嶋英紀)

新たになサークル 作りませんか?

5人集まれば助成金も
 相談ok...桑原会長迄

ペタンクをやろう!

大会に向け練習を
 9日(金)、22日(木)
 10:00～12:00
 第1公園
 幹事 奥沢清介

一緒に踊りましょう!

輪踊り・新舞踊の 「輪踊りの会」

今月練習日 **12日(月)**
 午後5時30分～1時間、
 会館。初心者歓迎。
 幹事 13班 本間澄子

みんな一緒に歩きませんか!

歩こう会

幹事 10班 桑原正盛
 1. **16日(金)**朝8時30分発。市老連「上を向いて歩こう」横浜港へ
 2. **27日(火)**朝9時30分発。川崎・森林公園。

懐かしい歌、カラオケやアカペラ合唱で
 思い出の歌 *飲食物は自前持込み可

みんなで元気で歌う会 「うたごえサロン」

14日(水) 午後2時～ 会館1F
 幹事 10班 桑原正盛

卓球で身心をほぐそう!

会館練習日時: 幹事 市川喜美代 [各開始から
 (木) 9:30～12:00 1、8、15日 30分で集合]

グラントゴルフ練習日

幹事 12班 杉山好英
 都田公園(朝8:45迄現地) 毎週(水) 7(大会)、14、21、28日
 毎週(金) 2、9、16、30日
 牛ヶ谷公園(朝8:45迄現地) 毎週(月) 5、12、26日

手芸サークル

幹事 10班 服部倫子
 飾り物、敷物・入れ物、手芸は楽しく美しく。
 毎月第3月木曜午後・会館2階。今月は**15日**。

釣に行こう

幹事 10班 桑原正盛
 ・**15日(木)**朝6時45分発、本牧海釣り施設へ、(鯰、シコ鰯)
 ・**30日(金)**朝6時45分発、本牧海釣り施設へ、(鯰、シコ鰯)